

# Obsah

Úvod . . . . .	9
----------------	---

## První část

*Dejme smysl tomu, co ho postrádá*

1. Odkud čerpat smysl . . . . .	15
Neustálé hledání smyslu . . . . .	15
Smysl jakékoli životní zkoušky lze najít jen v sobě . . . . .	17
Věci mohou mít vyšší smysl, než byste čekali . . . . .	19
Smysl je výtrysk, smysl je zjevení . . . . .	20
Když život stojí za radost . . . . .	22
2. Smysl je očividný . . . . .	23
Život promlouvá k tomu, kdo mu chce naslouchat . . . . .	24
Úloha předtuch . . . . .	26
Když se překážky násobí . . . . .	26
Správná událost ve správnou chvíli . . . . .	27
Přijměte neznámé . . . . .	28

Druhá část  
A co když je odloučení jen iluzí?

1.	<b>Nezbytné odloučení</b> . . . . .	33
	Vrchol bídy . . . . .	33
	Pocit oceánu . . . . .	35
2.	<b>Hra na věčnou opozici</b> . . . . .	37
	Hra, které se věnují všichni . . . . .	37
	Jiné říše a my . . . . .	39
	Věci a my . . . . .	40
	Tvoříme jednotu . . . . .	41
	To, čím jsme, není třeba předvádět . . . . .	43
	Jsme jedinečné a specifické bytosti . . . . .	44
	Iluze, jazyk, jemuž porozumíme díky deziluzi . . . . .	45
3.	<b>Ztracená velikost</b> . . . . .	49
	Jsme světlo i stín zároveň . . . . .	49
	Kam se poděla naše velikost? . . . . .	50
	Když jsem bez sebe, tak kdo jsem? . . . . .	51
	Jedinečná povaha naší duše . . . . .	53
4.	<b>Jednoduchost podstatného</b> . . . . .	56
	Nemusíme než existovat . . . . .	56
	K tomu podstatnému . . . . .	58
5.	<b>Odloučení má svůj účel</b> . . . . .	60
	Raději katastrofický vztah než žádný . . . . .	61
	Láska je pouto na věčnost . . . . .	62
	Když ne já, tak kdo? . . . . .	64
	Řešení vlastních problémů přes druhé . . . . .	66
	Smír protikladů . . . . .	69

Třetí část  
A co kdyby byla odpovědnost na nás?

1.	<b>Iluze viny</b> . . . . .	73
	„Kdo si vzal dva kousky?“ . . . . .	73
	Potřebujeme viníka, abychom si léčili rány? . . . . .	75
	Jak pohodlné je být obětí! . . . . .	77
	Moc, kterou dáváme druhému . . . . .	79
	Proč cítíme vinu? . . . . .	80
	Pocit viny předchází provinění . . . . .	83
	Sofiina volba . . . . .	84
2.	<b>Nevinnost duše</b> . . . . .	86
	Jsme bez viny . . . . .	86
	Dělali jsme pitomosti . . . . .	87
	Odpustit znamená přestat se nenávidět . . . . .	90
	Odpuštění bylo vymyšleno pro to, co je neodpustitelné . . . . .	92
3.	<b>Odpovědnost je nedělitelná</b> . . . . .	93
	Odpovědnost na sto procent . . . . .	93
	Není důležité, co nám kdo udělal, ale co jsme s tím udělali my . . . . .	95
	Přijmout, co se stalo, neznamená kapitulovat . . . . .	96
	Přijmout svůj podíl: úkol pro odvážné . . . . .	97
	Nic se nestane bez souhlasu všech zúčastněných . . . . .	99
4.	<b>Být pod vlivem</b> . . . . .	102
	Předáváme spíše, čím jsme, než to, co víme . . . . .	103
	Efekt mávnutí motýlího křídla . . . . .	104
	Nenávidí ti druzí, ne já . . . . .	105
	Neseme odpovědnost za každé slovo, za každou odmlku i gesto . . . . .	106
	Být vzorem pro druhého . . . . .	109

## Čtvrtá část

*Δ co když naše předsudky předcházejí našim zážitkům?*

1. **Zpochybněné předsudky** . . . . . 113  
Když se předsudek změní v jistotu . . . . . 114  
Odpovídá naše víra pravdě? . . . . . 116
2. **Nezbytnost logické soudržnosti** . . . . . 118  
Naše předsudky předcházejí zkušenostem . . . . . 118  
Potřebujeme, aby věci do sebe zapadaly . . . . . 119  
Otázka života a smrti . . . . . 120  
Přitahujeme, co se stane . . . . . 122
3. **Překonejte všechna omezení** . . . . . 124  
Není třeba všemu věřit, vše je však třeba poznat . . . 124  
Nezbývá než poděkovat . . . . . 125  
Nevyměňujte jedno klišé za druhé . . . . . 127  
Vše, co nejsme, nás přivádí k tomu, čím jsme . . . . . 128

## Pátá část

*Δ co kdyby to přese všechno byla láska?*

1. **Láska jako stav bytí** . . . . . 133  
Hoře lásky . . . . . 133  
Jiný způsob lásky . . . . . 134  
Buďte ztělesněním lásky . . . . . 136  
Co by dělala láska na mém místě? . . . . . 138  
Buďte láskyplní . . . . . 139  
Láska je náročná . . . . . 140  
Milovat, ale nevlastnit . . . . . 142  
Láska je síla . . . . . 146
2. **Strach z lásky** . . . . . 147  
Bojíme se rádi . . . . . 148  
Ke strachu není mnohdy žádný důvod . . . . . 150  
Naučte se důvěřovat . . . . . 152

3.	<b>Všechno je láska</b>	155
	K násilí nás vede láska	155
	Přeměňte nenávist v lásku	157
4.	<b>Neviditelná pružina</b>	160
	Všechno je dar	160
	Nepřítel je v nás	163

## Šestá část

### *A co když je všechno dokonalé?*

1.	<b>Dokonalost nedokonalého</b>	167
	Nic není perfektní a všechno je perfektní	168
2.	<b>Jak vnímat dokonalost</b>	171
	Ani dobré ani špatné	171
	Podepisujte každý okamžik svou knihu života	171
	Dokonalost v každém okamžiku	172
3.	<b>Volba, která všechno změní</b>	174
	A co když jsme si zvolili?	175
	Vybrali jsme si své rodiče?	176
	Naše štěstí na nikom nezáleží	177
	Naše duše jsou vzájemně komplementární	179
4.	<b>Síla vděčnosti</b>	182
	Poděkuj životu za vše, co bylo, co je i co bude	182
	„Vděčnost je nejučinnější ze všech modliteb“	184
	„Vzpomínejte s vděčností na to, co jste ztratili“	187
	Závěr	188
	Poděkování	190
	Poznámka překladatele	191